

Детский сад – **новый** период в жизни ребенка. Для малыша это, прежде всего, **первый** опыт коллективного общения. Новую обстановку, незнакомых людей не все дети принимают сразу и без проблем. Большинство из них реагируют на детский сад **плачем**. Одни легко входят в группу, но плачут вечером дома, другие – соглашаются идти в детский сад с утра, а перед входом в группу начинают капризничать и плакать.

Некоторые причины, вызывающие слезы у ребенка:

- Тревога, связанная со сменой обстановки
- Отрицательное первое впечатление
- Психологическая и физическая неготовность ребенка к детскому саду.
- Отсутствие навыков самообслуживания
- Избыток впечатлений в ДОУ
- Неприятие незнакомых людей для ребенка

Помните, что с началом посещения детского сада ребенок на время лишается физического контакта с матерью. Маленьким детям важно, чтобы их продолжали брать на руки, обнимали. Поэтому старайтесь уделять больше внимания ребенку дома, чтобы восполнить недостаток ласки и поддержать в трудный жизненный период!!!

Как должен быть подготовлен ребенок к поступлению в детский сад.

У ребенка должны быть сформированы следующие культурно-гигиенические навыки:

- Самостоятельно ест разнообразную пищу
- Своевременно сообщает о своих потребностях - просится в туалет.
- Моет руки при помощи взрослых, пользуется платком.
- Способен самостоятельно надеть шортики, носочки.

Перед поступлением в ДОУ домашний режим желательно приблизить к режиму дошкольного учреждения.

С персоналом группы, куда пойдет малыш следует познакомиться заранее, рассказать привычках, особенностях поведения.

Как общаться с ребенком в период адаптации?

1. Настраивайте ребенка на позитивный лад. Первое время забирайте домой пораньше, создайте спокойный благоприятный для ребенка климат в семье.
2. Уменьшайте нагрузку на нервную систему: на время прекратите посещение многолюдных мероприятий, сократите просмотр телепередач.
3. Дома поиграйте в детский сад. Роль ребенка может исполнять любимая игрушка малыша. В игре ребенок покажет с какими проблемами ребенок сталкивается в детском саду, а вы можете предложить ему пути их решения.

Некоторые ошибки и способы их предотвращения:

Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на дошкольное учреждение. Родители бывают напуганы плаксивостью ребенка, растерянны. Надо помнить, что плаксивость – нормальное состояние в период адаптации. При терпеливом отношении взрослых она может пройти сама собой.

Обвинение и наказание ребенка за слезы. Это не выход из ситуации. От старших требуются только терпение и помощь. Все, что нужно малышу, – это адаптироваться к новым условиям.

В первое время, когда ребенок только начинает ходить в Д/С, **не стоит также планировать важных дел**, лучше отложить выход на работу. Надо помнить, что дети могут привыкать к садику от 2 недель до 2–3 месяцев.

Пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности. Родители заботятся об общественном мнении, испытывают внутренний дискомфорт, волнуются, что недостаточно хороши в роли "мамы" и "папы". А дети на тонком душевном уровне чувствуют обеспокоенность, и это еще больше усиливает их тревогу.

Пониженное внимание к ребенку. Довольные работой ДОУ, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу.

Как облегчить ребенку адаптацию в детском саду?



Муниципальное автономное дошкольное
образовательное учреждение детский сад
комбинированного вида № 1г. Томска

С Вашими детьми рядом педагоги-психологи:

*Тихонович Анастасия
Владимировна* можно обратиться
за поддержкой родителям групп
№ 1,3,5,7,10,12
Вторник с 17.00-19.00

Елисеева Анна Михайловна
можно обратиться за
поддержкой родителям групп №
2,4,6,8,9,11
Вторник 17.00-19.00

Тетради для записи к
психологам на вахте.



**Памятка
по адаптации для
родителей**

1. Научитесь прощаться с ребенком быстро, давая ему понять, что вы уверены в нем и его умении справиться с собой. Не затягивайте процесс расставания, ребенок почувствует ваше беспокойство за него.
2. Никогда не пытайтесь ускользнуть незаметно от ребенка, если хотите, чтобы он вам доверял.
3. Не обещайте покупать ребенку игрушки за согласие остаться в детском саду. Четко дайте ребенку понять, что в сад ему все равно придется ходить. Если вы хоть раз ребенку уступите, то в дальнейшем вам будет гораздо сложнее справиться с капризами и слезами.
4. Привлеките воспитателя, вам нужен человек, который радушно бы встретил вашего ребенка. Будьте внимательны к ребенку, когда забираете его из детского сада.
5. После детского сада погуляйте с ребенком в парке или на детской площадке.
6. Придумайте несколько способов прощания (воздушный поцелуй, обнимание, поглаживание). Рассказывайте ребенку, о том, что ждет его в детском саду (новые занятия, друзья, режимные моменты)
7. Оставайтесь спокойным, не впадайте в ярость от непослушания ребенка.

